

Alimentos consumidos com maior frequência em trabalhadores da região Sul do Brasil

SANTOS, Marina; PINTO, Edlaine A. S.; BIERHALS, Dienefer; SIMÕES, Isis F;
FERNANDES, Caroline L. F.; FRAGA, Letícia S.; DA SILVA-JÚNIOR, Flávio Manoel
Rodrigues
MUCCILLO-BAISCH, Ana Luíza
Marina.wicks@gmail.com

Evento: XVII Encontro de Pós-Graduação
Área do conhecimento: Ciências da Saúde

Palavras-chave: alimentação; nutrição; saúde.

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como objetivo descrever a prevalência dos grupos alimentares consumidos com maior frequência, segundo a pirâmide alimentar brasileira. A alimentação e a nutrição adequadas constituem-se em requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde.¹

A população brasileira tem passado por uma transição epidemiológica e nutricional nas últimas décadas, fazendo-se necessário a atualização das informações sobre o consumo alimentar para direcionar intervenções voltadas à promoção de modos de vida saudáveis.²

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta para a necessidade de melhores padrões na alimentação para prevenção, em especial, de doenças crônicas não transmissíveis.³ No Brasil, a alimentação inadequada, junto à hipertensão arterial, compõem os dois fatores de risco que mais contribuem para a carga de doenças no país.⁴

O Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde de 2014, recomenda a uma dieta saudável,⁵ consumir preferencialmente alimentos *in natura* ou minimamente processados. Uma dieta saudável compõe adequado perfil de macro e micronutrientes, baixo consumo de açúcares e gorduras, além de balanceado consumo de fibras e ingestão de água.

3 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal descritivo em trabalhadores, maiores de idade, do município de Candiota, RS. Foi aplicado um questionário, por meio de entrevista pessoal, por entrevistadores treinados e padronizados. O questionário continha perguntas relacionadas às características sociodemográficas, estilo de vida e questionário de frequência alimentar.

Obteve-se informações como sexo, idade (em anos completos) e cor da pele/raça.^{1,3} A classe econômica das famílias foi avaliada utilizando-se os critérios estabelecidos pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP). O consumo alimentar foi obtido utilizando-se questionário de frequência alimentar, contemplando todos os grupos da pirâmide alimentar.

4 RESULTADOS e DISCUSSÃO

A amostra final foi constituída de 158 adultos do sexo masculino, com idade entre 25 a 50 anos, sendo 58,2% com mais de 40 anos de idade. A maioria era de cor branca (83,5%), possuíam nove ou menos anos de estudo (72,2%), vivam com companheiro (84,2%) e pertencia à classe econômica “B” (79,9%).

A maioria apresentava estado nutricional adequado (51,3%), seguido por sobrepeso (21,3%), baixo peso (20,3%) e 6,9% apresentava obesidade. Nos últimos 12 meses 88,6% da população relatou algum problema de saúde. O problema de saúde com maior prevalência foi Pressão alta (20,9%). Em relação aos grupos alimentares consumidos na ultima semana, o grupo “carne vermelha” apresentou maior prevalência (96,2%), sendo classificada como consumida com muita frequência (Tabela 1).

Tabela 1. Grupos alimentares mais consumidos na ultima semana em adultos da cidade de Candiota – RS, 2015 (n=158).

Variáveis	Frequência (%)
Carboidratos	58 (36,7)
Carnes	
Vermelha	152 (96,2)
Branca	118 (74,7)
Vegetais e legumes, frutas,	107(67,7)
Laticínios	139 (88)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O consumo alimentar inadequado, aliado à hipertensão arterial apresentam elevado risco para doenças crônicas não transmissíveis. A carne vermelha classificada como consumida com muita frequência também apresenta grande risco para a saúde da população, uma vez que está associada a diversos tipos de câncer.

Próximos estudos devem continuar avaliando mais rigorosamente o consumo alimentar desta população, buscando meios para a promoção e a proteção da saúde.

REFERÊNCIAS

1. Jaime PC, Stopa SR, Oliveira TP, Vieira ML, Szwarcwald CL, Malta DC. Prevalência e distribuição sociodemográfica de marcadores de alimentação saudável, Pesquisa Nacional de Saúde, Brasil 2013 Epidemiol. Serv. Saúde. 2015; 24(2).
2. Jaime PC, Santos LMP. Transição nutricional e a organização do cuidado em alimentação e nutrição na atenção básica em saúde. Divulg Saude Debate. 2014;51:72-85
3. World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation. 2003. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/trs/who_trs_916.pdf
4. Institute of Health Metrics and Evaluation. GBD profile - Brazil: Global burden of diseases, injuries, and risk factors study 2010le, WA: Institute for Health Metrics and Evaluation; 2013.
5. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. 156.